

புற்றுநோயை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிதல்

உடலில் புற்றுநோய் மிகவும் அமைதியாக உருவாகிறது. குறிப்பிட்ட ஒரு நிலைக்கு வரும்வரை நோயாளி இயல்பான வாழ்க்கையை வாழ்ந்துகொண்டிருப்பார், எந்தவிதப் புகார்களும் இல்லாமல். மற்ற நோய்களில் உள்ளதுபோல் சாதாரண அறிகுறிகளை ஏற்படுத்துகிறது.

ஏன் ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடிப்பது முக்கியம்?

- ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடிக்கப்பட்ட நோய்கள் சிறப்பான முடிவுகளைச் சிகிச்சையின் போதும், குணப்படுத்தும்போதும் கூட வெளிப்படுத்துகிறது.
- முற்றிய நோய் சிகிச்சையின்போது மோசமான விளைவைக் காண்பிக்கிறது
- முற்றிய நோய் பொருளாதார மற்றும் உளவியல் ரீதியான சுமைக்கு வழிவகுக்கிறது.

தகவல் அறிந்து உயிர்ப்பாக இருக்கவும்

- பணியிடத்திலும் வீட்டிலும் நீங்கள் பயன்படுத்தும் இரசாயனங்களைப் பற்றி மருத்துவரிடம் சொல்லுங்கள்
- புற்றுநோயை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிவதற்காகப் பொருத்தமான சோதனைகளை மருத்துவர் மேற்கொள்ளக்கூடும்
- உங்கள் மருத்துவரிடம் அதிகரிக்கும் புற்றுநோய் ஆபத்துக்கள் உங்கள் குடும்பத்தாரோடு அல்லது தனிப்பட்ட மருத்துவ வரலாற்றோடு அல்லது நீங்கள் உட்கொள்ளும் மருந்துகளோடு தொடர்புடையதா என்று கேட்கவும்

ஏழு ஆபத்தான அறிகுறிகள்

- சிறுநீர்ப்பை மற்றும் குடல் பகுதி பழுக்கங்களில் மாற்றங்கள்
- தொண்டையில் இரணம் குணமாகாதிருத்தல்
- வழக்கத்திற்கு மாறான இரத்தக்கசிவு அல்லது வெளியேற்றம்
- மார்பில் அல்லது வேறெங்காவது கட்டி அல்லது வீக்கம்
- அஜீரணமும் விழுங்குவதில் ஏற்படும் சிரமமும்
- மருவில் வெளிப்படையான மாற்றம்
- தொல்லைதரும் இருமல் அல்லது குரலில் கரகரப்பு

மார்பகப் புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- உறுதியான கட்டி
- முலைக்காம்பில் சிறியளவிலான மாற்றங்கள்
- முலைக்காம்பிலிருந்து வெளியேற்றம்

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ முன்கூட்டியே மாதவிடாய்
- ✓ நாள்கடந்த மாதவிடாய்
- ✓ முதல் குழந்தை 35 வயதுக்குப் பிறகு
- ✓ குழந்தையின்மை
- ✓ குடும்ப வரலாறு - மார்பகப் புற்றுநோய்
- ✓ உயர் கொழுப்பு & குறைவான நார் சத்து உணவு

பரிந்துரைக்கப்பட்ட சோதனைகள்

- ✓ மேமோகிராம்கள்: 40 வயதில் பரிந்துரைக்கப்பட்டு, ஒரு பெண் நல்ல ஆரோக்கியத்தில் இருக்கும்வரை தொடர்வது
- ✓ மருத்துவ மார்பகத் தேர்வு (சிபிஈ):பெண்கள் தமது 20களிலும் 30களிலும் இருக்கும்போது ஒவ்வொரு 3 வருடங்களுக்கும், 40 க்கும் அதற்கும் மேற்பட்ட பெண்களுக்கு ஒவ்வொரு வருடமும்
- ✓ மார்பகச் சுய-தேர்வு (பிஎஸ்சு):20களில் உள்ள பெண்களுக்குப் பரிந்துரைக்கப்படும் ஒன்று.

மேமோகிராம்

- மார்பகத்திற்காக ஒரு எக்ஸ்-ரே
- அறிகுறிகள் தோன்றுவதற்கு முன்பே மார்பகப் புற்றுநோயைக் கண்டுபிடிப்பதற்கான சிறந்த முறை
- பல்வேறு அமைப்புகள் மேமோகிராபி சோதனையை 40 வயதுக்கு மேல் ஒவ்வொரு 1லிருந்து 2 வருடங்களுக்கும் பரிந்துரைக்கிறது

கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய்- எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- மாதவிடாய்களுக்கிடையில் அசாதாரணமான இரத்தப்போக்கு
- உடலுறவுக்குப் பின் இரத்தப்போக்கு
- மாதவிடாயின்போது நீடித்த கடுமையான இரத்தப்போக்கு

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ ஆரம்பக் காலத்தில் அடிக்கடி உடலுறவு கொள்ளாதல், பல பாலினத் துணைகள், பல குழந்தைகள்

பரிந்துரைக்கப்பட்ட சோதனைகள்

- ✓ சோதனை (சோதனை) 21 வயதில் கண்டிப்பாகத் துவங்கவேண்டும்
- ✓ 21 வயதுக்குட்பட்ட பெண்களைக் கண்டிப்பாகச் சோதனை செய்யக்கூடாது
- ✓ பேப் சோதனை: 21 மற்றும் 29 வயதுக்குட்பட்ட பெண்களுக்கு ஒவ்வொரு 3 வருடங்களுக்கும்
- ✓ பேப் சோதனையோடு ஒரு எச்பிவி சோதனையும்: 30 மற்றும் 65 வயதுக்குட்பட்ட பெண்களுக்கு ஒவ்வொரு 5 வருடங்களுக்கும்

65 வயதுக்கு மேலான பெண்களில் முறையாகக் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய் சோதனையில் சாதாரண முடிவுகளைக் கொண்டவர்கள் கண்டிப்பாகக் கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோய்க்காகச் சோதனை செய்யக்கூடாது.

பேப் சோதனை அல்லது பேப் ஸ்மியர்

- கர்ப்பப்பை வாய் புற்றுநோயைக் கண்டுபிடிக்கப் பயன்படுத்தும் மிகவும் வெற்றிகரமான சோதனை கருவி
- செல்கள் கர்ப்பப்பை வாயிலிருந்து சேகரிக்கப்பட்டு மைக்ரோஸ்கோப்பின் அடியில் ஆய்வு செய்யப்படுகிறது

பெருங்குடல் மலக்குடலுக்குரிய புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- மலத்தில் இரத்தம்
- வீங்கியிருப்பது போன்ற உணர்வு
- குடல் பகுதி பழக்கங்களில் மாற்றங்கள்
- மலச்சிக்கல்

பரிந்துரைக்கப்பட்ட சோதனைகள்

- ✓ பாலிப்புகளையும் புற்றுநோய்களையும் கண்டுபிடிக்கும் சோதனைகள்
- நெகிழ்வான சிக்மோய்டோஸ்கோப்பி ஒவ்வொரு 5 வருடங்களுக்கும் அல்லது
- கொலோனோஸ்கோப்பி ஒவ்வொரு 10 வருடங்களுக்கும், அல்லது
- இரட்டை-மாறுபாடு பேரியம் எனிமா ஒவ்வொரு 5 வருடங்களுக்கும் அல்லது
- சிடி கொலோனோகிராப்பி (மெய்நிகர் கொலோனோஸ்கோப்பி) ஒவ்வொரு 5 வருடங்களுக்கும்

உணவுக்குழாய் புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- விழுங்குவதில் சிரமம்
- மீண்டும் மீண்டும் அஜீரணம் ஏற்படுதல்

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ புகைபிடித்தல்
- ✓ மது
- ✓ விட்டமின்கள் மற்றும் தாது சத்து பற்றாக்குறை

குரல்வளை புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- நீடித்த கரகரப்பு
- கழுத்தில் இரணம்
- தொண்டையில் கட்டியை உணர்தல்
- விழுங்குவதில் சிரமம்

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ புகையிலை நுகர்வும் மருந்து உட்கொள்ளலும்

வாய் புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- நீடித்த வெள்ளை அல்லது சிவப்ப திட்டுகள், பொதுவாக வலியில்லாமல்
- எந்தவொரு நீடித்த கட்டி அல்லது வீக்கமும்

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ புகையிலை நுகர்வும் மருந்து உட்கொள்ளலும்

நுரையீரல் புற்றுநோய் - எச்சரிக்கை அறிகுறிகள்

- நாள்பட்ட இருமல்
- இருமி இரத்தத்தை வெளியேற்றுதல்
- குரலில் மாற்றம்
- மார்பு வலி
- மூச்சு இரைப்பு

ஆபத்துக் காரணிகள்

- ✓ புகைத்தல், ஆஸ்பெஸ்டாசுக்கு வெளிப்படுதல், நிலக்கரி தார் சம்பந்தமானவைகளும் கதிர்வீச்சும்